

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Saint-Ouen-sur-Seine, le 7 juillet 2025

ET SI VOUS PARTIEZ EN VACANCES...
EN ÎLE-DE-FRANCE ?
CET ÉTÉ, CAP SUR LES TRÉSORS NATURELS RÉGIONAUX !

Vérité méconnue : les espaces naturels, agricoles et forestiers représentent près de 75 % de la surface de l'Île-de-France ! Notre région regorge de trésors naturels à explorer. Chargée de protéger et d'ouvrir au public 16 000 hectares d'espaces naturels régionaux, Île-de-France Nature vous invite à (re)découvrir 5 sites remarquables aux paysages variés et accessibles en transports en commun. Cet été, pas besoin de partir loin pour s'évader : la nature vous attend à quelques stations de chez vous !

Une balade à vélo sur La Végétale, entre Créteil et Santeny (94)

Métro 8 – Pointe du Lac / RER D – Créteil pompadour

Sillonnez la voie verte [la Végétale](#), un itinéraire de 20 km qui démarre en plein cœur du Val-de-Marne. Aménagée sur une ancienne voie ferrée par Île-de-France Nature, le Département et la Région, cette promenade est aujourd'hui un véritable corridor naturel, accessible à pied, à vélo et aux personnes à mobilité réduite. Le parcours traverse une grande diversité de paysages : boisements, prairies, zones humides, et équipements urbains. C'est l'endroit idéal pour découvrir autrement les huit communes jalonnant le parcours, ponctué de 16 points d'intérêt remarquables, tout en observant la biodiversité locale. A savoir : [l'application Balade Branchée](#) vous fait découvrir La Végétale à travers deux épisodes dédiés, pour vous guider tout au long de votre excursion !

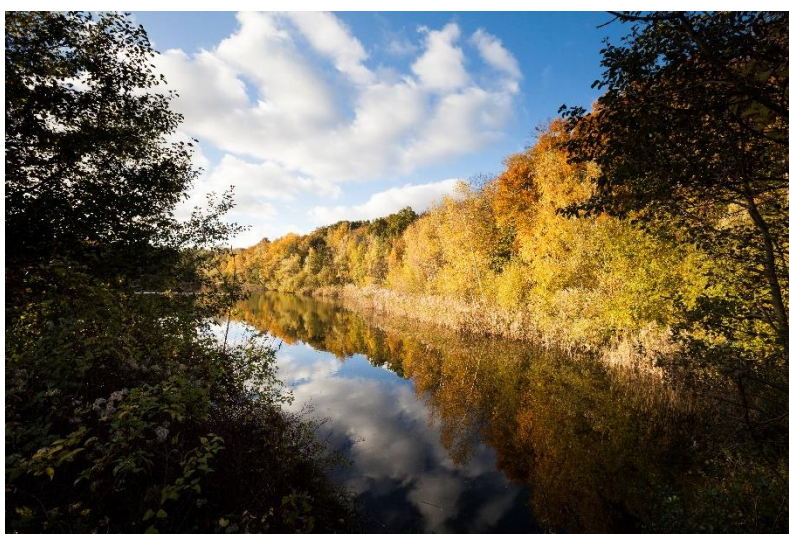


La Végétale ©Yannmonel / Île-de-France Nature

Une randonnée dans la forêt régionale de Bondy (93)

T4 – Clichy-Montfermeil

Prenez le départ du GR-14A, un sentier de grande randonnée au cœur de la forêt régionale de Bondy traversé par la Promenade régionale de la Dhuis. Cet écrin de 185 hectares niché en Seine-Saint-Denis, géré par Île-de-France Nature, constitue un maillon essentiel de la Ceinture verte d'Île-de-France. Vous y découvrirez de beaux points de vue sur la vallée de la Marne et une grande diversité de paysages : étangs, grandes pelouses propices à la détente, pontons en bois, mares, chemins de promenade... L'endroit est particulièrement réputé pour sa richesse ornithologique : Martins-pêcheurs, Hérons, Pics noirs ou encore Grands cormorans y ont élu domicile. Là-bas, les paysages évoquent les forêts canadiennes, entre bouleaux, chênes, trembles et frênes. Un petit coin de paradis dépayçant, à deux pas de Paris.

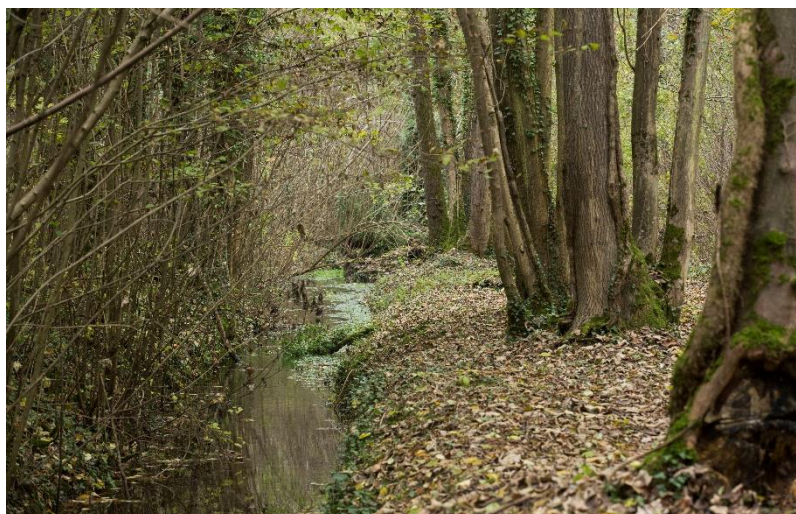


Forêt régionale de Bondy ©Jean-François Hellio et
Nicolas Van Ingen / Île-de-France Nature

Une immersion dans l'un des plus vastes marécages d'Île-de-France : le Moulin des Marais (77)

RER B – Mitry-Claye

Le long du canal de l'Ourcq, à l'est de Mitry-Mory, l'espace naturel régional du Moulin des Marais, qui s'étend sur 256 hectares, nous plonge dans l'atmosphère paisible d'une zone humide préservée. Géré par Île-de-France Nature, ce site chargé d'histoire illustre parfaitement comment la nature peut être protégée et mise en valeur à proximité des zones urbaines. Cet espace naturel invite les visiteurs à explorer des écosystèmes variés et une biodiversité riche, tout en profitant d'un cadre propice à la détente. A l'ombre des aubépines, vous pourrez admirer le mystérieux « menhir », ainsi que les affleurements d'eau et les alignements d'arbres ponctuant ce paysage unique.



Moulin des Marais - Ruisseau ©Hellio-Vaningen / Île-de-France Nature

Un moment détente à la Corniche des Forts, sur les hauteurs de la Seine-Saint-Denis (93)

Métro 5 – Raymond Queneau / Métro 11 – Serge Gainsbourg

Surplombant l'est parisien, l'espace naturel régional de la Corniche des Forts s'étend sur près de 55 hectares, à cheval sur plusieurs communes de la Seine-Saint-Denis. Ancienne carrière de gypse, reprise en gestion par Île-de-France Nature en 2024, elle constitue un véritable poumon vert dans un secteur fortement urbanisé. Une promenade écologique d'1,3 km traverse zones de prairie ainsi qu'une plaine de loisirs pour les enfants. Refuge pour la biodiversité, la Corniche des Forts accueille plusieurs espèces d'oiseaux nicheurs, que vous aurez peut-être la chance d'admirer depuis les zones d'observation aménagées. C'est un lieu parfait pour une pause pique-nique ou une promenade contemplative.



Corniche des Forts ©Jean-Louis Aubert / Île-de-France Nature

Une parenthèse au fil de l'eau à la Fosse aux Carpes (91)

RER D – Juvisy-sur-Orge

À une vingtaine de kilomètres au sud-est de Paris, l'espace naturel régional de la Fosse aux Carpes vous invite à la détente au bord de l'eau. Étangs paisibles, boisements ombragés, pontons d'observation : tout est réuni pour profiter d'une après-midi paisible. Un sentier de Grande Randonnée offre de superbes points de vue sur les berges de la Seine, tandis qu'une petite île boisée, au cœur du plan d'eau, participe à la beauté des lieux. Ce site, valorisé par Île-de-France Nature, abrite une belle diversité d'espèces aquatiques et d'oiseaux : Grèbes, Hérons cendrés et Martins-pêcheurs sont fréquemment observés. L'espace est aménagé pour accueillir le public tout en respectant la faune et la flore locales : un coin de fraîcheur idyllique pour les journées ensoleillées !



Fosse aux carpes ©Sylvain Legrand / Île-de-France Nature

Informations pratiques :

- Tous les sites mentionnés sont accessibles en transports en commun, gratuits et sans réservation.
- Chaque site dispose d'un règlement intérieur consultable sur : iledefrance-nature.fr
- Découvrez la carte interactive des espaces naturels régionaux près de chez vous
- Pour aller plus loin : de mars à décembre, près de 200 animations gratuites et encadrées sont organisées par Île-de-France Nature, dans toute la région.

À propos d'Île-de-France Nature

Forte de plus de 45 ans d'expérience, Île-de-France Nature protège le patrimoine naturel régional, le valorise et agit pour la renaturation en zone urbaine et l'accès à la nature pour tous. En déployant à l'échelle locale les stratégies environnementales de la Région, Île-de-France Nature :

- accompagne les collectivités, à travers un appui technique et financier, dans leurs projets de création, d'extension et de requalification d'espaces verts et de nature ;
- protège, aménage et ouvre au public les espaces naturels, agricoles et forestiers, dans les secteurs les plus sensibles soumis à la pression urbaine et en accord avec les enjeux du territoire ;
- crée des continuités vertes reliant les centres urbains aux grands espaces naturels régionaux ;
- soutient l'agriculture francilienne.

Le but ? Préserver et favoriser la biodiversité, s'adapter au changement climatique et améliorer la qualité de vie des Franciliens.

Île-de-France Nature, Pour une nature partout et pour tous !

Contacts presse Île-de-France Nature

communication@iledefrance-nature.fr

Elisa Sgambati – 01 83 65 38 13 – 06 16 40 33 93

Véronique Pichot – 06 18 25 00 67

LA NATURE PARTOUT ET POUR TOUS